



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 20 - 30 min 👤 2 porsjoner

Estragon- og hvitløksmarinerte kyllinglår med brokkoli, grønne bønner og rødvinssaus

Ovnsbakte kyllinglår og poteter

350 g poteter
1 pakke urtemiks
300 g marinert utbenet kyllinglår m/estragon og hvitløk

Sitronstekte grønne bønner og brokkoli

150 g grønne bønner
½ stk sitron
1 stk brokkoli
🏠 1 ss smør*

Rødvinssaus

1 pakke rødvinssaus

🏠 olje
🏠 salt
🏠 pepper
🏠 bakepapir (kan sløyfes)

- 1 Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
- 2 **Ovnsbakte kyllinglår og poteter:** Skyll og kutt potetene i to. Dekk et stekebrett med bakepapir. Fordel potetene på den ene halvdelen av stekebrettet, og vend inn litt olje, salt, pepper og urtekrydderet. Ha kyllinglårerne på den andre delen av stekebrettet, og stek kyllingen og potetene midt i ovnen i 20–25 minutter.
- 3 **Sitronstekte grønne bønner og brokkoli:** Kutt endene av de grønne bønnene. Skyll sitronen og finriv skallet (kun det gule) på et rivjern. Del ønsket mengde av brokkolien i buketter, og skrell og kutt stilken i skiver. Varm opp en stekepanne til middels varme, og ha i litt olje. Stek de grønne bønnene og brokkolien 2–3 minutter, til grønnsakene er lett gylne, men fortsatt sprø. Tilsett 1 sssmør mot slutten av steketiden, og smak til med salt, pepper og saften og skallet fra sitronen.
- 4 **Rødvinssaus:** Varm opp rødvinssausen i en liten kjele på middels varme under omrøring.

* Du kan bytte ut ingrediensen mot et allergivennlig alternativ